

به نام خدا

موضوع: ارتودنسی

ارتودنسی و دانستنی های قبل آن

ارتودنسی، داشتن دندانهایی زیبا گاهی تبدیل به یک آرزو می شود که در آن زمان ارتودنسی راهی برای تحقق این زیبایی است که قبل از اقدام باید نکاتی را دانست . لبخند زیبا با دندان های مرتب گاهی اوقات برای خیلی ها آرزوست. آنها دندان های نامرتبی دارند و با هر بار جلوی آینه رفتن یا لبخند زدن به این فکر می کنند که کاش دندان های صاف و مرتبی داشتند. این آرزو این روزها دیگر دست نیافتنی نیست. علم دندانپزشکی نه تنها در زیباسازی دندان ها به خوبی پیشرفت کرده است بلکه روش های راحت تر و ساده تری را برای رسیدن به نتیجه مطلوب به کار می گیرد. از/ارتودنسی های پیشگیری تا/ارتودنسی های نامرئی. در روش های جدید فرد کمتر به سیم ها و براکت هایی که با هر بار حرف زدن و خندیدن خود را نشان می دهند، اذیت می شود و تا طی کردن دور کامل مشکلی از نظر ظاهری ندارد. با دکتر رامین فرازمنند درباره تمام آنچه باید در مورد ارتودنسی بدانید صحبت کردیم که با هم می خوانید.

ضرورت انجام ارتودنسی

فقط دندانپزشک یا متخصص ارتودنسی می تواند تعیین کند که آیا انجام دادن ارتودنسی دندان برای بیمار لازم می باشد یا وی نیازی به انجام آن ندارد. دندانپزشک بر مبنای ابزار تشخیصی از جمله شرح حال کامل پزشکی و پرونده دندانپزشکی بیمار،

معاینه بالینی، قالب گرفتن از دندان‌ها و عکس‌های رادیوگرافی نظر قطعی خود را در زمینه مفید بودن ارتودنسی دندان می‌دهد و برنامه درمانی مناسب با شرایط بیمار را طرح ریزی می‌کند.

انواع

دو نوع اصلی ارتودنسی که برای صاف کردن دندان‌ها در افراد استفاده می‌گردد، عبارتست از ارتودنسی ثابت و ارتودنسی متحرک. نوع دیگر، ارتودنسی نامرئی است. ارتودنسی فلزی نقره‌ای رنگ، رایج‌ترین نوع بریس دندانی است که در درمان ارتودنسی مورد استفاده قرار می‌گیرد و امروزه بیشتر از هر زمان دیگری از محبوبیت برخوردار است. جنس این به براکت‌ها ترکیبی از استیل، نیکل و سایر فلزات است. این ترکیب باعث می‌شود براکت بسیار با دوام شده و از شکستن سیم ارتودنسی جلوگیری کند. پلاک نگهدارنده متحرک ارتودنسی با قالبگیری از دهان بیمار به طور اختصاصی ساخته می‌شوند. همچنین در ادامه به هر سه نوع ارتودنسی و ارتودنسی مخفی که یک نوع از ارتودنسی‌ها می‌باشد، می‌پردازیم.

ارتودنسی ثابت



رایج‌ترین نوع ارتودنسی مورد استفاده، ارتودنسی ثابت است. از این روش زمانی استفاده می‌گردد که دقت عملکرد برای پزشک اهمیت داشته باشد. هر چند در این حالت بیمار می‌تواند بطور عادی غذا بخورد، اما باید از مصرف بعضی غذاها و نوشیدنی‌ها در زمان استفاده از ارتودنسی ثابت اجتناب کرد. برای مثال نوشیدنی‌های حاوی کربونات، شیرینی سفت یا تافی از مواردی است که فرد باید از مصرف آن‌ها خودداری کند. افرادی که با تقبل هزینه قیمت ارتودنسی ثابت در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند باید دندانپزشک را در جریان قرار دهند تا در صورت لزوم محافظ‌های لثه خاص برایشان تجویز شود.

رایجترین نوع ارتودنسی ثابت، از براکت ارتودنسی استفاده می کند. براکت ها از پلاک ها و یا سیم ها و قیدها تشکیل شده است. دندانپزشک قیدها را اطراف دندان می بندد، و از آن برای محکم نگهداشته ابزارهای ارتودنسی دیگر در محل خود استفاده می گردد. زیبایی یکی از نعمت های خدادادی است که لازم است به هر شکلی حفظ و نگهداری شود. دندان ها نیز قسمتی از بدن هستند که علاوه بر سالم بودن، زیبایی آنها اهمیت به سزایی در ظاهر شخص و حتی نحوه گفت و گو و ارتباط برقرار کردن با دیگران دارد. طرح لبخند با دندان های زیبا و سفید، به طور مسلم از دندان هایی نامنظم زیباتر و جذاب تر خواهد بود و مخاطب را بیشتر به خود جذب می کند. کاربرد ارتودنسی ثابت علاوه بر زیبایی اینست که دندان های نامنظم، می تواند باعث خراب شدن زودتر دندان ها (به علت گیر کردن غذا) و ایجاد مشکلاتی در دستگاه گوارش و سایر دستگاه های بدن شود. ارتودنسی به معنی ردیف کردن دندان ها می باشد. هدف از ارتودنسی فک، مرتب کردن دندان های فک بالا یا فک پایین و یا هر دو فک و نیز سفید شدن دندان می باشد،

در مرحله بعد از پلاک ارتودنسی برای ایجاد اتصال در جلوی دندان های بیمار استفاده می شود. سیم دندان به شکل یک کمان از داخل پلاک ها رد شده و به قیدها محکم بسته می شود. با سفت شدن سیم های کمانی، دندان های فرد کشیده می شوند و بدین صورت به سمت محل صحیح قرارگیری و رفع فاصله بین دندان حرکت می کنند. بیمار باید ماهی یک بار برای اصلاح وضعیت پلاک ها برای رفع بی نظمی دندان به دندانپزشک مراجعه کند. دوره درمان در این حالت می تواند برای چند ماه تا چند سال ادامه داشته باشد، اما در مورد این مسئله که درمان ارتودنسی دقیقاً چقدر طول می کشد، تنها یک دندانپزشک خوب پس از بررسی وضعیت بیمار می تواند طول درمان را مشخص کند. کودکان معمولاً ترجیح می دهند از پلاک ارتودنسی رنگی استفاده کنند، در حالی که بزرگسالان انواع شیشه ای مانند و شفاف پلاک را ترجیح می دهند.

ارتودنسی متحرک



از ارتودنسی متحرک دندان برای درمان مشکلات جزئی همچون جلوگیری از مکیدن شست یا اصلاح انحراف کم دندان‌ها استفاده می‌شود. هنگام استفاده از این روش می‌توان لوازم ارتودنسی را برای تمیز کردن پس از غذا خوردن یا برای کشیدن نخ دندان ارتودنسی از دهان خارج کرد. در مواردی، ممکن است دندانپزشک به بیمار توصیه کند در هنگام انجام فعالیت‌های مانند نواختن یک ساز بادی یا دوچرخه سواری ارتودنسی متحرک را از دهان خود خارج کند. در صورتی که بریس‌های ارتودنسی متحرک طبق توصیه پزشک معالج استفاده نشود، همواره امکان عدم دستیابی به نتایج مورد انتظار در ارتباط با درمان ارتودنسی و بروز عوارض ارتودنسی متحرک وجود خواهد داشت. در حقیقت موفقیت در فرآیند درمان ارتودنسی به توجه مناسب به شرایط درمان و توصیه‌های پزشک بستگی دارد. مراحل ارتودنسی متحرک بسته به نوع ناهنجاری‌های فک یا دندان بین 6 تا 30 ماه زمان احتیاج دارد. در حین انجام درمان ارتودنسی همکاری بیمار، مراجعه منظم به متخصص ارتودنسی و رعایت بهداشت دهان و دندان نقش موثر و مهمی در تکمیل روند درمان دارد. پلاک متحرک ارتودنسی یکی از ابزار های ارتودنسی متحرک دندان است که حین درمان ارتودنسی در کنار بریس‌ها به منظور تغییر شکل دندان‌ها و فک و حصول نتیجه ارتودنسی و بعد از پایان درمان به منظور نگه داشتن نتیجه و زیبایی دندان‌ها (ریتینر) استفاده می‌شود. بریس‌های متحرک علاوه بر این که برای اصلاح مشکلات جزئی دندان‌ها به کار برده می‌شوند می‌توان از آنها برای حفظ موقعیت جدید دندان‌ها پس از انجام ارتودنسی ثابت نیز استفاده کرد. مزایای ارتودنسی متحرک امروزی عبارتند از:

در هنگام غذا خوردن، ورزش کردن، انجام مراقبت‌های بهداشتی دهان و دندان و موارد دیگر می‌توان آنها را به راحتی از دهان خارج کرد. توصیه می‌شود از آنها ۲۲ ساعت در شبانه‌روز استفاده شود، دو ساعت می‌توان آنها را از دهان خارج کرد. طراحی‌های پیشرفته در آنها باعث شده مشکلات بریس‌های متحرک کم بوده و استفاده از این بریس‌های متحرک بسیار راحت

باشد. ارتودنسی متحرک دندان طوری طراحی شده‌اند که می‌توان آنها را به راحتی تمیز کرد. طرح‌های جدید هم‌رنگ دندان به سختی در دهان قابل تشخیص هستند. استفاده از بریس‌های متحرک یک روش مقرون‌به‌صرفه است. نگهدارنده حین ارتودنسی و بعد از آن بر دو قسم هستند: ریتینرهای هالی ارتودنسی و ریتینرهای شفاف ارتودنسی

ارتودنسی نامرئی



خبرخوش برای افرادی که دندان‌های نامرتب دارند این است که می‌توانند با تقبل هزینه ارتودنسی دندان از بریس نامرئی، متحرک و راحتی استفاده کنند که به هیچ وجه جلب توجه نمی‌کند. بنابراین بیمار می‌تواند بدون نگرانی و هراس از دیده شدن سیم‌ها در طول دوره درمان لبخند بزند. ارتودنسی نامرئی، که کارآمدی آن به اثبات رسیده است، با بهره‌گیری از فناوری تصویربرداری ۳ بعدی ساخته می‌شود. خبرخوش برای افرادی که دندان‌های نامرتب دارند این است که می‌توانند از ارتودنسی‌های نامرئی، ارتودنسی متحرک و راحتی استفاده کنند که به هیچ وجه جلب توجه نمی‌کند. بنابراین بیمار می‌تواند بدون نگرانی و هراس از دیده شدن سیم‌ها در طول دوره درمان لبخند بزند. ارتودنسی نامرئی، که کارآمدی آن به اثبات رسیده است، با بهره‌گیری از فناوری تصویربرداری ۳ بعدی ساخته می‌شود.

ارتودنسی نامرئی دندان از مواد پلاستیک شفاف و سخت برای ردیف کردن دندان‌ها استفاده می‌کند. در این رابطه برای بیماران از انواع ارتودنسی نسبتاً متفاوتی استفاده می‌شود. هر مجموعه از این ارتودنسی برای دو هفته قبل از جایگزینی آن با مجموعه جدید استفاده می‌گردد. بریس اینویزیلاین یا ارتودنسی نامرئی برای کودکان و بزرگسالان از پلاستیک شفاف ساخته شده و به

همین خاطر تقریباً غیر قابل رویت است. به این ترتیب اطرافیان بیمار اصلاً متوجه نمی‌شود که وی از این درمان برای ردیف کردن دندان های خود استفاده کرده است. این پلاستیک های شفاف در هر روز باید برای 22 تا 23 ساعت مورد استفاده قرار گیرد تا بهترین نتایج ممکن حاصل شود. به علاوه برای دستیابی به نتایج بلند مدت، باید پس از درمان مراقبت صورت گیرد. با تقبل هزینه ارتودنسی نامرئی می‌توان به راحتی برای غذا خوردن، نوشیدن، مسواک زدن و کشیدن نخ دندان ارتودنسی از دهان خارج کرد. برای استفاده از این روش باید همه دندان های دائمی رشد کرده باشد. قیمت ارتودنسی نامرئی نسبت به روش های متداول دیگر بالاتر میباشد. همانند انواع دیگر روش های درمانی ارتودنسی، قیمت ارتودنسی دندانهای فاصله دار با ارتودنسی نامرئی بستگی به پیچیدگی و طول درمان دارد. به عنوان یک قاعده کلی، هزینه ارتودنسی نامرئی قابل مقایسه با بریس های ثابت مرسوم است. با این حال تنها متخصص مربوطه بطور دقیق می‌تواند قیمت ارتودنسی نامرئی آن را تعیین نماید. با توجه به اینکه این پلاک ها در ایران ساخته نمی‌شوند، هزینه درمان ارتودنسی نامرئی به دلیل هزینه های لابراتوری معمولی بالاتر بوده و بر اساس شدت ناهنجاری و تعداد پلاک متفاوت خواهد بود.

بریس خود باز و بسته شونده دیمون

بریس خود باز و بسته شونده یا بریس دیمون شباهت بسیاری به بریس های ثابت معمولی دارد که دهه های متمادی است متخصصین ارتودنسی از آنها برای صاف کردن دندان ها استفاده می‌کنند. البته بریس های امروزی دارای براکت های سرامیکی یا شفاف هستند و به هیچ وجه جلب توجه نمی‌کنند. همچنین در بریس های جدید به جای کش از گیره برای ثابت نگه داشتن بریس استفاده می‌شود. به این ترتیب سایش روی دندان ها کمتر می‌شود، مسواک زدن دور بریس آسان تر می‌شود و دندان ها در طول درمان ارتودنسی تمیز و سالم می‌ماند.

بریس لینگوال یا پشت دندانی



بریس لینگوال یا پشت دندانی به پشت دندان‌ها در سمت زبان متصل می‌شود، بنابراین دیده نمی‌شود، هرچند به طور مداوم از داخل در حال صاف کردن دندان‌ها است. بریس پشت‌دندانی از نظر ظاهر و عملکرد کاملاً مانند بریس معمولی است و از سیم و براکت برای حرکت دادن تدریجی دندان‌ها استفاده می‌کند. البته در بریس‌های لینگوال براکت‌ها به طور کاملاً سفارشی تهیه می‌شود تا به خوبی روی سطوح نامنظم پشت دندان‌ها بنشینند. بنابراین اگر می‌خواهید اطرافیان متوجه انجام ارتودنسی بر روی دندان‌هایتان نشوند، بریس لینگوال بهترین گزینه برایتان محسوب می‌شود.

ارتودنسی شفاف با براکت سرامیکی



بریس‌های شفاف نیز گزینه‌ای مناسب برای مرتب کردن دندان‌ها بدون جلب توجه دیگران است. بریس شفاف از سرامیک ساخته می‌شود و سیم قوسی آن نیز شفاف‌تر و نامشخص‌تر از بریس معمولی است.

کدام نوع درمان را انتخاب کنیم؟

اگر انجام درمان ارتودنسی و تقبل هزینه ارتودنسی را در نظر گرفته باشید، ممکن است تمام انواع روش‌های ارتودنسی را بررسی کرده و در نهایت تصمیم به درمان گرفته‌اید. زمانی که یک بیمار تصمیم به انجام این روش می‌گیرد، می‌تواند روش قدیمی (ارتودنسی فلزی) یا بریس‌های شفاف سرامیکی را برای دندان‌های خود انتخاب کند. ارتودنسی سرامیکی یا شفاف (که هم‌رنگ دندان یا بی‌رنگ هستند) بهترین گزینه‌ی درمان برای زمانی هستند که اولویت بیمار زیبایی است. هنگامی که بیمار بخواهد با تقبل هزینه صاف کردن دندان، دندان‌های خود را مرتب کند و در عین حال نمی‌خواهد که ظاهر لبخند وی مخدوش شود، می‌تواند بریس‌های شفاف را انتخاب کند. رنگ بریس‌ها به خوبی پنهان هستند بطوری که بیماران در طول دوره‌ی درمان نیازی به تحمل فلز در دهان خود ندارند. ممکن است برخی معایب در ارتودنسی نامرئی وجود داشته باشد اما برای آنهایی که اولویتشان زیبایی است، چشم‌پوشی کردن از این معایب آسان نیست.

نحوه عملکرد ارتودنسی چگونه است؟

دستگاه‌های ارتودنسی با اعمال نیرو روی دندان‌ها آنها را جا به جا می‌کند. این نیرو با اطلاع کامل از میزان آنها و محاسبه با روش‌های خاص درمانی انجام می‌شود. پس از هر بار کشیدن سیم‌ها کمی درد ایجاد می‌شود که معمولاً بعد از چند روز از بین می‌رود. نکته مهم آن است که درمان ارتودنسی نیاز به نظم خاص و آماده‌سازی دارد. حین ارتودنسی باید جرم‌گیری، ترمیم پوسیدگی، کشیدن دندان و آموزش بهداشت انجام شود تا پس از اتمام ارتودنسی دندان‌ها در سالم‌ترین شکل خود قرار داشته باشد.

مراحل ارتودنسی



هر کدام از مراحل ارتودنسی دندان شامل چند اقدام دندانپزشک می‌باشد که به طور کامل در این مقاله به شرح آن می‌پردازیم.

1. مرحله اول: رادیوگرافی و قالب‌گیری

- معمولاً عکس رادیوگرافی پانورامیک دهان از بی‌نظمی دندان‌ها (عکس همه دندان‌ها) و عکس هر یک از دندان‌ها به صورت جداگانه لازم است.
- ممکن است از صورت، دندان‌ها و دهان فرد هم عکس گرفته شود، این عکس‌ها قسمتی از پرونده دائمی بیمار خواهد بود.
- متخصص ارتودنسی (ارتودنتیست) دندان‌های قالب‌هایی را از دندان‌های فک بالا و سپس فک پایین تهیه می‌کند. هنگام قالب گرفتن حس می‌کنید که دهانتان با ماده بتونه مانند پر شده است، این مرحله فقط 30 ثانیه زمان می‌برد. عمل قالب‌گیری بسیار راحت و سریع است، اگر به سادگی دچار حالت تهوع می‌شوید، سعی کنید آرامش خود را حفظ کنید و از راه بینی نفس بکشید.

2. مرحله دوم: اقدامات اولیه

- دندانپزشک پس از بررسی تصاویر رادیوگرافی و قالب‌ها، برنامه درمانی مناسب فرد را طرح ریزی می‌کند و در مورد عوارض ارتودنسی دندانها صحبت میکند.
- چنانچه فضای بین دندان‌های خاصی خیلی کم باشد، ممکن است نیاز به استفاده از جداکننده‌های فلزی یا پلاستیکی ما بین دندان‌هایتان، قبل از ادامه مراحل ارتودنسی، داشته باشد.

- ممکن است نیاز باشد تعدادی از دندان‌هایتان را بکشید. در برخی موارد در طول روند درمان و نه در آغاز آن، این امر لزوماً باید انجام شود.
- دندان‌های بیمار باید کاملاً تمیز شوند.
- اگر دندان‌های حساسی دارید، حداقل به مدت دو هفته از خمی مکیدن انگشت دندان ضدحساسیت استفاده کنید تا حساسیت دندان‌ها قبل از شروع ارتودنسی دندان برطرف شود.
- هر گونه مشکل دندان‌ها باید قبل از قرار دادن بريس درمان گردد؛ حفره‌های پوسیدگی پر شود و تمامی مشکلات ارتودنسی رفع شود.
- در صورت نیاز به جراحی فک، این عمل باید قبل از گذاشتن بريس انجام شود؛ هر چند بعضی اوقات جراحی فک بعد از مراحل ارتودنسی دندان انجام می‌شود. زمان عمل جراحی ارتودنسی با توجه به وضعیت و شرایط هر بیمار متفاوت است.

3. مرحله سوم: قرار دادن بريس



▪ دندانپزشک یا دستیار دندانپزشک، دندان‌ها را خشک می‌کند و آن‌ها را با اسید سفید کننده مخصوصی، جهت اتصال با سیمان نگهدارنده برکت‌ها آماده می‌کند. سعی کنید این اسید را روی زبانتان نگه ندارید. باندینگ دندان در ارتودنسی به مفهوم چسباندن برکت‌ها روی دندانها می‌باشد. باندینگ ارتودنسی چسبی لایه‌ای با ضخامت کم است که به صورت لایه‌های نازک قدرت بیشتری دارد.

▪ برکت‌ها روی دندان‌ها قرار داده می‌شوند و خیلی سریع، نور پلاسما با شدت بالا روی سطح برکت تابانده می‌شود تا اتصال صورت گیرد (ارتودنسی سریع). (نامرتبی دندان‌ها می‌تواند باعث نگرانی شما در مورد زیبایی طرح لبخندتان و نیز کاهش اعتماد به نفس شما شود. برای رفع مشکلات جزئی دندان‌ها راهکارهای دیگری هم بخصوص برای بزرگسالان وجود دارد که با استفاده از آنها دیگر نیازی به مراجعه به بهترین متخصص ارتودنسی و یا سیم‌کشی دندان‌ها و استفاده از ریتینرهای نامرئی نخواهید داشت. در صورتی که شما هم با مشکل نامرتبی خفیف دندان‌ها مواجه هستید و می‌خواهید سریعاً این مشکل را برطرف کنید، ارتودنسی سریع راهکاری ایده‌آل برای شما خواهد بود.

▪ سیم قوسی از بین تمام برکت‌ها برای بستن فاصله بین دندان به نحوی می‌گذرد که به گونه‌ها فشار وارد نکند. اگر احساس کردید که سیم ارتودنسی دندان درون گونه‌تان فرو می‌رود به دندانپزشک بگویید تا سیم را کوتاه کند.

▪ کش‌های کوچکی (قطعه‌های مسدود کننده حلقه‌های دایره‌ای شکل) روی برکت‌ها قرار می‌گیرد تا آن‌ها را روی سیم نگه دارد و حس فشار ایجاد کند. قابل ذکر است در صورت استفاده از ارتودنسی دیمون نیازی به استفاده از کش نیست. بریس‌ها در ارتودنسی به روش دیمون بریس تنظیم شونده‌ای هستند که مشابه بریس‌های فلزی عمل می‌کنند. این بریس‌ها طوری طراحی شده‌اند که به راحتی و سادگی می‌توان آنها را تمیز نگه داشت. بدون نوارهای الاستیکی که باعث جذب و تجمع پلاک‌ها می‌شوند، با وجود ارتودنسی دیمون می‌توان بهداشت دهان و دندان را به راحتی در طول دوره درمان رعایت کرد.

4. مرحله چهارم: تنظیم ارتودنسی دندان در هر ماه یکبار



- بريس را بايد هر 4 تا 6 هفته يکبار مجدداً تنظيم کرد. در اين مراجعه‌ها که زمان کمی طول می کشد، پزشک کش‌های قبلی (قطعه‌های مسدود کننده) و گاهی سيم را نيز درمی آورد. ممکن است اين کار کمی دردناک باشد که دليل آن بيش از هر چيز وارد شدن فشار روی دندان‌ها است.
- پس از تنظيم، دندان‌ها تا چند ساعت يا چند روز درد خواهد کرد. در طول اين مدت ارتودنسی، غذای نرم ميل کنید. تا زمان مراجعه بعدی، درد دندان‌ها کاملاً از بين رفته است.

5. مرحله پنجم: درآوردن بريس

- درآوردن بريس راحت و سريع انجام می شود. دندانپزشک هنگامی که زمان درآوردن بريس فرا برسد، قوس پشت بريس‌ها را با سيم چين مخصوص می برد و به اين ترتيب پيوند متصل کننده بين براکت و دندان از بين می رود. اين حرکت عليرغم صدای بلندش، درد ارتودنسی به وجود نمی آورد.
- همه ي براکت‌ها از روی دندان‌ها جدا می شوند و لایه‌ای از پلاستيك پيوندی را روی دندان به جا می گذارند. سپس دندانپزشک با استفاده از یک وسيله دستی با سرعت بالا پلاستيك را از روی دندان‌ها تمیز کرده و تمام محل‌های برداشتن پلاستيك را با مينا پوشش می دهد و در نهايت پوليش می کند.

6. مرحله ششم: قرار دادن پلاک نگه دارنده

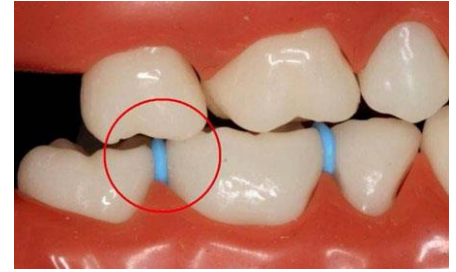


ماه‌ها یا سال‌ها وقت و هزینه هنگفتی را صرف کرده‌اید، رنج و دردسرها را برای سیم کشی دندان تحمل کرده اید تا دندان‌هایی صاف و مرتب داشته باشید و به تازگی از تحمل آن در دهان راحت شده‌اید. اما در واقع این پایان کار نیست چون پلاک بگذارید تا دندان‌ها در موقعیت جدیدشان باقی بمانند. استفاده از پلاک طبق تجویز متخصص ارتودنسی، به ویژه ظرف یک سال نخست پس از جداکردن بريس، اهمیت زیادی دارد، زیرا تقریباً 9 ماه طول می‌کشد تا رباط‌های اطراف دندان موقعیت جدیدشان را حفظ کنند. اگر از پلاک به طور منظم استفاده نکنید، دندان‌هایتان دوباره جابه‌جا خواهد شد. بسیاری از افراد پس از گذشت یک سال تنها شب‌ها، آن هم چند شب در هفته، از پلاک استفاده می‌کنند تا مطمئن شوند که داشتن لبخند زیبا را از دست نخواهند داد.

تمیز کردن دندان ارتودنسی شده در ناحیه بريس:

در زمان تمیز کردن دندان با مسواک خیس، به جای ساییدن سطح دندان سعی کنید مواد غذایی را از بین براکت و زیر سیم‌ها بیرون بکشید. ساییدن برای تمیز کردن سطح بريس خوب است، اما این کار پلاک‌های مانده زیر براکت و سیم‌ها را حذف نمی‌کند.

فاصله‌گذار یا فاصله‌انداز (سپراتور، سپریتور) ارتودنسی چیست؟



فاصله‌گذارها در واقع حلقه‌های لاستیکی کوچکی هستند که در بین دندان‌های شما قرار داده می‌شوند تا به آنها فشار آورده و بین دندان‌ها فاصله ایجاد کنند تا در جلسه بعدی بتوان از این فاصله‌ها برای نصب کش‌های ارتودنسی استفاده کرد. در واقع فاصله‌اندازها قبل از آنکه متخصص ارتودنسی کش‌های لاستیکی را به دندان‌های شما ببندد، از بین دندان‌ها برداشته می‌شوند. جنس و شکل فاصله‌اندازها به گونه‌ای طراحی شده است که غذاهای چسبنده، خلال دندان و نخ دندان به آنها گیر نمی‌کند.

ارتودنسی سریع یا ارتودنسی دندان با لیزر چگونه انجام می‌شود؟



دندان‌های نامرتب را گاهی برخی دندانپزشکان با عناوینی نظیر ارتودنسی سریع یا ارتودنسی دندان با لیزر بوسیله تراش مینای دندان‌های بیرون زده و ترمیم کامپوزیت نواحی تورفته به اصطلاح درمان می‌کنند ولی غالباً این شیوه از درمان ناصحیح سبب خسارات جبران ناپذیری برای دندان‌ها در آینده می‌شود.

از چه زمانی متوجه نیاز به ارتودنسی می‌شویم؟

ارتودنسی محدود به سن خاصی نیست، می توان از اواخر 3 سالگی تا وقتی که دندان ها وجود دارند از این درمان استفاده کرد. گاهی اوقات در سنینی که کودکان دندان شیری دارند برای اینکه عادت مکیدن انگشت یا پستانک از سر کودک باز شود، از دستگاه های ساده ارتودنسی استفاده می شود. معمولا اغلب مشکلات ارتودنسی در 77 سالگی زمانی که بیشتر دندان های دائمی جلویی درآمده اند خود را نشان می دهند. البته امکان تشخیص برخی از مشکلات در سنین پایین تر نیز وجود دارد. از وقتی که دندان های دائمی رویش پیدا می کند تا حدود 12 تا 15 سالگی می توان تغییرات استخوانی و عضلانی مثل بزرگ کردن فک بیماران را انجام داد. به طور کلی بهترین سن درمان ارتودنسی با دستگاه ثابت حدود 12 سالگی است. پس از 12 سالگی با افزایش سن بیمار درمان هم تغییر می کند.

طول درمان

طول درمان ارتودنسی دندان برای هر فرد متفاوت است، اما ممکن است درمان 12 الی 30 ماه طول بکشد برای بزرگسالان این زمان ممکن است طولانی تر باشد، زیرا استخوان صورت دیگر رشد نخواهد کرد. رعایت بهداشت دندان ها و لثه ها کمک می کند تا مراحل ارتودنسی ثابت بخوبی طی شده و درمان در زمان خودش و در مسیر صحیح صورت گیرد. پلاک روی دندان ها باید دو بار در روز بطور کامل از بین بروند و در صورت وجود بریس ها از بین بردن پلاک دندان ها حتی مهم تر نیز می باشد. در رابطه با بهداشت ارتودنسی باید توجه کرد ، براکت ها و سیم های موجود در دهان نواحی را برای پنهان شدن پلاک ها ایجاد می کنند. پلاک ماده ای چسبنده است که از غذا، بزاق دهان و مقادیر زیادی باکتری تشکیل می شود و زمانی که به بریس ها و دندان ها می چسبد موجب کرم خوردگی، التهاب لثه، بوی بد دهان و ایجاد لکه های دائمی بر روی دندان ها و عوارض ارتودنسی خواهد شد.



وسایل مورد استفاده در ارتودنسی دندان به خودی خود نمی‌توانند باعث ایجاد آسیب و عوارض ارتودنسی شوند، اما تمیز کردن ضعیف آن‌ها و استفاده زیاد از مواد غذایی شیرین و نوشیدنی‌ها می‌تواند آسیب جدی به دندان‌ها وارد کند. به همین خاطر لازم است دندان‌ها و لوازم ارتودنسی به کار رفته در دهان با دقت زیاد و بطور منظم تمیز شوند، تا عوارض ارتودنسی ثابت برای دندان‌ها به وجود نیاید. ارتودنسی برای درمان نامنظمی دندان‌ها و رفع مشکلات دهان و دندان به کار می‌رود و با انجام این درمان از بروز بسیاری از مشکلات دهان و دندان در آینده جلوگیری می‌شود در صورتی که این درمان تحت نظر متخصص مجرب ارتودنسی انجام نشود و بیمار همکاری لازم و درست را در طول درمان انجام ندهد ممکن است این درمان با عوارض ارتودنسی دندان همراه باشد. با اینکه انواع ارتودنسی متحرک دقت براکت‌ها را ندارند، می‌توانند برای حرکت دادن یک دندان و یا گروهی از دندان‌ها مورد استفاده قرار گیرند. عوارض سیم کشی دندان ناچیز بوده و این وسایل توسط دندان‌پزشک یا متخصص ارتودنسی کار گذاشته می‌شوند. می‌توان با تقبل هزینه ارتودنسی، از ابزارهای ارتودنسی متحرک قبل از آماده شدن براکت‌ها و یا به همراه براکت‌ها استفاده کرد. این وسایل به تنهایی نیز برای رفع برخی از مشکلات کاربرد دارند.

ونیرها جایگزینی برای درمان ارتودنسی



ونیرها روکش‌های بسیار نازکی از جنس سرامیک (پورسلاین) یا یک کامپوزیت رزینی هستند که بر روی سطح جلویی دندان‌ها چسبانده می‌شود تا لکه‌های رنگی روی دندان را بپوشاند، درخشندگی دندان‌ها را بیشتر و لبخند شما را زیباتر کند. ونیر دندان باعث می‌شوند که حالت ظاهری دندان‌ها طبیعی و سالم به نظر برسد. از آنجا که لمینیت ونیرها بسیار نازک هستند و به وسیله یک چسب مخصوص و بسیار قوی در جای خود محکم می‌شوند، بنابراین عملیات آماده‌سازی دندان برای نصب آنها خیلی ساده و سریع انجام می‌شود. حتی بعضی از انواع ونیرها اصلاً هیچ نیازی به آماده‌سازی قبلی دندان ندارند. لومینیرز دندان آخرین نوع و محبوب‌ترین نوع روکش ونیر است که قرار دادن آن روی دندان بسیار آسان است و نیازی به تراش دادن بافت سالم دندان و طی مراحل ارتودنسی ندارد و به همین خاطر، هم برای دندانپزشک و هم بیمار روش مطلوبی به حساب می‌آید.

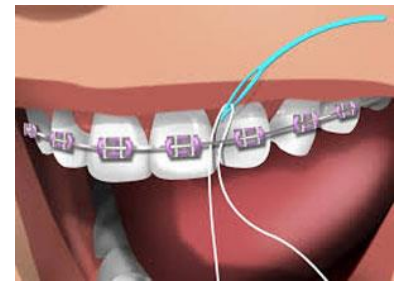
مسواک زدن حین ارتودنسی



بیمار باید دندان‌ها را پس از صرف هر وعده غذایی و قبل از خوابیدن با خمیردندان حاوی فلوراید مسواک بزند. متخصص ارتودنسی گاهی اوقات دهانشویه فلوراید نیز تجویز می‌کند. شیوه صحیح مسواک زدن دندان‌ها در طول ارتودنسی به شرح زیر است:

- ابتدا سطح خارجی تمام دندان‌ها را حداقل ده بار مسواک بزنید.
- سپس محل تلاقی لثه‌ها و دندان‌ها را به صورت دورانی مسواک بزنید.
- سطح داخلی هر دندان را نیز حداقل 10 بار مسواک بزنید.
- در پایان نیز سطوح جویدن دندان‌ها را مسواک بزنید.

شیوه صحیح نخ کشیدن دندان‌ها حین ارتودنسی



از آنجایی که مسواک بین دندان‌ها را تمیز نمی‌کند، باید حتماً هر روز بین دندان‌ها را نخ کشید. در طول ارتودنسی باید از فلاس تردر برای نخ کشیدن دندان‌های سیم‌کشی شده استفاده کرد. شیوه صحیح نخ کشیدن دندان‌ها در طول درمان ارتودنسی به شرح زیر است:

- نخ را از فلاس تردر رد کنید و زیر سیم بربس بیاندازید.
- نخ را بین دو دندان و زیر لثه‌ها بکشید.
- دهان را با آب شستشو دهید.

هزینه و قیمت

- هزینه ارتودنسی بستگی به میزان مشکل و نوع ارتودنسی دندان دارد. در صورتیکه درمان‌های مرحله اول با پلاک متحرک ارتودنسی انجام شود هزینه ارتودنسی ثابت نسبت به هزینه ارتودنسی متحرک کمتر خواهد بود، البته بسته به شدت مشکل و تعداد پلاک‌های مورد استفاده هزینه ارتودنسی دندان متفاوت خواهد بود. در مطب یک متخصص ارتودنسی، هزینه ارتودنسی به صورت پیش پرداخت -حدود یک چهارم مبلغ کلی- دریافت می‌شود. سپس درمان ارتودنسی ثابت یا متحرک که حدود ۱۸ تا ۲۴ ماه طول می‌کشد آغاز می‌شود و بقیه ی هزینه به صورت اقساط ماهیانه دریافت می‌گردد.
- در بیمارانی که نیاز به درمان ارتودنسی دندان همراه با جراحی فک دارند، هزینه ارتودنسی دندان چون در دو مرحله قبل و بعد از درمان انجام می‌شود بیشتر خواهد بود و قیمت ارتودنسی که ممکن است توسط جراح فک و صورت انجام می‌شود، جدا از هزینه ارتودنسی دندان خواهد بود.
- یکی دیگر از انواع ارتودنسی، ارتودنسی لینگوال است. این نوع ارتودنسی کاملاً مخفی است و در نتیجه می‌توانید دندان‌ها را بدون نگرانی از ظاهر خود ردیف کنید. قیمت ارتودنسی لینگوال به دلیل اینکه باید به طور سفارشی ساخته شود، کمی بیشتر خواهد بود.
- قیمت ارتودنسی دندان و هزینه سیم کشی دندان کودکان پس از معاینه اولیه در کلینیک ما به اطلاع شما خواهد رسید

عوامل موثر در هزینه ارتودنسی

- عوامل زیادی بر هزینه ارتودنسی تاثیرگذار خواهند بود. روش درمانی شما به گونه ای طراحی می‌شود که بتواند مشکلات مربوط به دهان، دندان و فک که منحصر به خود شما است را درمان کند. نوع و میزان اصلاحاتی که لازم است توسط ارتودنتیست بر روی دهان و دندان شما صورت گیرد، می‌تواند تاثیر زیادی بر هزینه های نهایی این روش داشته باشد. در زیر به چند عامل اشاره شده است:

- سن بیمار و میزان کار پایه که لازم است قبل از ارتودنسی دندان انجام شود، از عوامل مهم می باشد. چنانچه در ابتدا باید دندان های شیری، دندان های عقل و یا سایر دندان ها کشیده شوند، هزینه ی ارتودنسی ثابت افزایش خواهد یافت. هزینه ارتودنسی در سن بالا با سنین دیگر متفاوت است.
- میزان نیاز دندان های شما به صاف شدن نیز بر هزینه سیم کشی دندان تاثیر می گذارد. چنانچه فک شما نیاز به تنظیم شدن دارد، می تواند بر هزینه ها تاثیر بگذارد.
- عامل دیگری که در هزینه ارتودنسی با بريس های فلزی تاثیر می گذارد، مدت زمانی است که شما به استفاده از دستگاه ارتودنسی نیاز دارید. واضح است که هرچه زمان استفاده از دستگاه ارتودنسی بیشتر باشد، به مراقبت و تنظیم بیشتری نیاز دارد، در نتیجه هزینه ی شما افزایش خواهد یافت.
- شکی نیست که هزینه ارتودنسی یکی از عامل های تاثیرگذار بر تصمیم گیری درباره شروع درمان و محل انجام آن است. هزینه ارتودنسی نامرئی به حق الزحمه متخصص، شدت مشکل و طرح درمان بستگی دارد. حق مشاوره دندانپزشکان و ارتودنتیست ها نیز متغیر است. برخی کلینیک ها و دندانپزشکان مشاوره و ارزیابی مناسب بودن ارتودنسی نامرئی را رایگان انجام می دهند. به علاوه پزشکان طرح های متفاوتی را برای پرداخت قیمت ارتودنسی نامرئی پیشنهاد می کنند و عموماً لازم نیست که کل هزینه درمان ارتودنسی یکجا پرداخت شود. اگر بیمه هزینه مراحل انجام ارتودنسی را بپردازد، هزینه ارتودنسی نامرئی نیز به همان اندازه ارتودنسی فلزی تحت پوشش قرار می گیرد. البته از آنجایی که سیاست های شرکت های بیمه با هم متفاوت است، حتماً قبل از هرگونه تصمیم گیری در مورد ارتودنسی مخفی با نماینده شرکت بیمه طرف قرارداد خود مشورت کنید.